

保健だより

令和3年度

9月号

練馬区立田柄第二小学校

校長 岩井 一雄

主任養護教諭 井上 希

こんげつ けんこうもくひょう
今月の健康目標

ふせ
けがを防ごう!

2学期が始まりました。ご協力お願いいたします。

新型コロナウイルス感染症の影響により、4度目の緊急事態宣言が延長され9月12日までとなりました。デルタ株の脅威は続いており、引き続き感染対策を講じながら安全で楽しい学校生活を送れるよう、職員一同努めてまいりたいと思います。しかし全国的に新規感染者が増加していますので、ウイルスを校内に持ち込まないよう今まで以上に、ご家庭での協力が不可欠となります。以下の点について、再度ご確認ください。

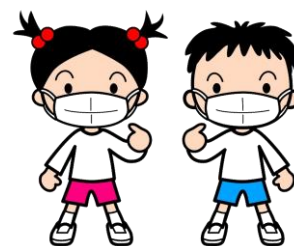
○発熱や倦怠感、喉の違和感などの風邪症状があり、普段と体調が少しでも異なる場合には、欠席して自宅で様子をみてください。また同居の家族にも同様の風邪症状がみられる場合は登校を控えてください。

○朝の検温を毎日行い、健康観察カードに記入し、忘れずに学校に提出してください。

○登校時や登校後に、児童に風邪症状などの体調不良がみられた場合はご連絡します。
スムーズなお迎えにご協力ください。

○こまめな石鹸での手洗い・マスクの着用にご協力お願いします。
(予備マスクはランドセルの中に3枚以上入れておいてください)

※引き続き児童や同居する家族の方が、PCR検査や抗原検査など、新型コロナウイルスが疑われて検査をした場合は、早い段階で学校に一報をお願いいたします。



計測前に保健指導を行います。

9月の身長・体重の計測前に、各学年に保健指導を行います。楽しく、学びある学習時間となるよう取り組みたいと思います。

1年	「食物アレルギーを知ろう」 ～たまちゃんのたまごアレルギー～
2年	「トイレをきれいに使いましょう」 ～健康うんちうらない～
3年	「免疫の働きについて知ろう」 ～ねりまるの牛乳アレルギー～
4年	「骨の成長と役割について知ろう」 ～食事・運動・睡眠の大切さ～
5年	「歯周病について知ろう」 ～正しい歯磨きの仕方～
6年	「正しいけがの手当をしましょう」 ～すごいぞ 血液の働き～



あなたはいくつ？

健康生活チェック

えらんだ番号を口の中に書き、満点は30点！30点とった

あなたはとても健康的！！ さあ、みんなは何点とれるかな？

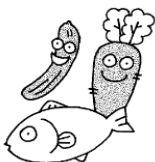


ごうけい
合計

てん
点

何でもよく食べる？

- ① 好き嫌いがたくさんある
- ② 少し嫌いなものがある
- ③ 何でもよく食べる



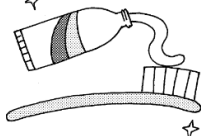
人とかかわりは？

- ① つらいことが多くある
- ② とくどき悩むことがある
- ③ いつも気持ちよくかわれる



歯みがきできている？

- ① いつもできない
- ② とくどき忘れる
- ③ 必ずみがく



ハンカチ・ティッシュもってる？

- ① 忘れることが多くある
- ② かばんの中には入っている
- ③ いつもきちんと持ち歩く



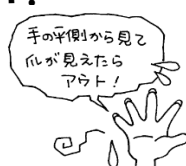
手洗い・うがいは？

- ① いつもできない
- ② とくどき忘れる
- ③ 必ずしている



つめは伸びていない？

- ① いつも伸びている
- ② とくどき切り忘れる
- ③ いつもきれいに切っている



毎日のうんちは？

- ① いつもカチコロうんち
- ② とくどきバナナうんち
- ③ 毎日うんちが出る



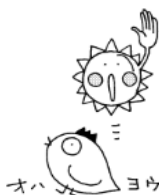
テレビ・ゲーム・パソコンは？

- ① 3時間くらいダラダラ続ける
- ② 1時間くらいは続ける
- ③ 30分ごとに目を休める



朝の目ざめは？

- ① 起きるのがつらい、起こされる
- ② とくどき起きるのがつらい
- ③ いつも気分よくスッキリ！



朝ごはんは食べる？

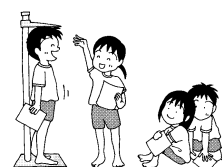
- ① いつも食べない
- ② とくどき食べない
- ③ いつも食べる



9月・10月の保健予定

9月 6日(月) 身体計測 4年
9月 7日(火) 身体計測 6年
9月 8日(水) 身体計測 5年

9月 9日(木) 身体計測 3年
9月10日(金) 身体計測 2年
9月13日(月) 身体計測 1年



10月 7日(木) 歯科健診 全学年
10月 8日(金) 移動教室事前健診 6年

10月27日(水) 就学時健康診断 就学予定児童